Trahison
dans le couple
et la famille

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 3 09/09/09 10:47

L'AUTEUR

Psychoclinicienne, présidente de l'Association de défense contre le harcèlement moral, **Yvonne Poncet-Bonnissol** est l'auteure notamment de *Pour en finir avec les tyrans et les pervers*, *Pour en finir avec les blessures de l'amour*, et de *Face aux violences des personnalités perverses : les victimes témoignent*.

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 4 09/09/09 10:47

Yvonne Poncet-Bonissol

Trahison dans le couple et la famille

En collaboration avec Florence Trébaol

Dangles EDITIONS

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 5 09/09/09 10:47

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 6 09/09/09 10:47

Zoom sur la trahison : des pistes pour la définir…

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 7 09/09/09 10:47

Trahir, vous avez dit trahir…

Les mots de la trahison

Le mot « trahison » pourrait être associé à l'image d'un coup de couteau planté en plein cœur pour celui qui découvre un fait ignoré : il suffit parfois de quelques mots prononcés pour que tout bascule. Quelque chose, soudain, se déchire dans le tissu de la confiance engagée vis-à-vis d'un être, voire d'un groupe d'humains : le rideau tombe, brutalement. **Viol de serment, trahison d'une parole engagée** : état de stupeur, temps suspendu. Quelques mots, pour une brûlure vive. Il y a un avant, comme un goût de paradis, et un après, avec sa nostalgie. Un époux, un enfant, un père, une mère sont ressentis comme infidèles : ils ont trahi un pacte d'amour ou d'affection, ou encore un secret, ou bien un non-dit éclate en pleine lumière. La trahison touche ainsi chacun dans sa vie, à des endroits divers : **elle sera subie ou nous en serons les acteurs, et nous serions aussi** – idée plus dérangeante – **des traîtres pour nous-mêmes, infidèles à nos propres choix, parce que tout, dans la vie, est mouvement,** disent les bouddhistes… Bien des témoignages d'hommes et de femmes nous rappellent souvent ce que disent les grands textes, les grands mythes.

Une réalité digne des mythes de toujours

Les livres sacrés fondateurs, la littérature et les mythes sont pleins de ces histoires de parjures, parfois de

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 8 09/09/09 10:47

désobéissance, de transgressions de la loi : de Romus à Rémulus, de Caïn à Abel, un frère tue un autre frère. Énée abandonne Didon pour voler vers l'Italie, Phèdre tombe amoureuse de son beau-fils, comme une belle-mère s'enfuirait avec son gendre dans une histoire de faits divers. La désobéissance fait des adeptes, chez les dieux grecs et au paradis chrétien où une certaine pomme interdite attire les regards. Au XIXe siècle, Emma Bovary, femme insatisfaite, rêve d'une vie de château en tombant dans les bras d'un amant cynique… La tentative d'assassinat par Thérèse Desqueyroux de son époux sera classée comme un non-lieu par la justice dans un roman de Mauriac : il faut recouvrir l'acte de trahison du sceau du secret pour préserver la réputation de la famille bourgeoise landaise. Au fond, les textes nous disent que **la vie est un roman trouble** où les liens construits sont souvent trahis pour de multiples raisons que nous étudierons dans cet ouvrage. Chacun d'entre nous pourrait, dans le roman de sa vie, se retrouver dans ces grands textes.

Qui dit trahison suppose rival, figure du tiers

Qui dit trahison, suppose **la présence, réelle ou fantasmée d'un tiers qui détourne** ; c'est ainsi que le vivra la personne qui se sent trompée, blessée, frappée dans son intériorité. Cette troisième figure du triangle sera un être humain : fuite d'un époux avec une maîtresse, d'un frère avec sa belle-sœur, d'une belle-mère avec son gendre, d'une femme mariée avec son amant. Telle Mme de Rénal abandonnée par Julien

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 9 09/09/09 10:47

Sorel, Mathilde se souvient : « J'ai été obsédée par l'autre, celle préférée par mon compagnon, lorsque j'ai découvert, par hasard, leur liaison. Cette personne sur qui les yeux de mon conjoint se sont tournés est devenue mon ennemie intime avant que je comprenne ce qui se rejouait en moi, derrière la haine installée ». **Le tiers qui détourne,** au regard de celui qui subit, **peut être aussi lié à un bien, ou à de l'argent** : ainsi, un membre de la famille trahira un frère ou une sœur, avec ou sans la complicité de ses parents, pour une raison patrimoniale, par intérêt. Le besoin de possession sans limite, camouflant des insatisfactions, des frustrations affectives, motive cette infidélité de cœur relative à un lien sacré, celui de la fratrie.

Quand la trahison rime avec des mots qui font mal

En effet, dans les coulisses du mot « trahison », défilent des mots peu reluisants, qui font partie de l'éternelle nature humaine décrite par les grands penseurs, de l'Antiquité aux *Maximes* de La Rochefoucauld…

Mensonge et déloyauté

Ce sont les mots qui reviennent souvent aux lèvres de ceux qui subissent un fait de trahison : apprendre qu'une personne aimée, dans la famille ou dans la relation amoureuse, **a trahi un pacte affectif,** un engagement, relève de la découverte, au sens étymologique. Tout se passe comme si une couverture était ôtée, pour révéler au grand jour un fait semblable à une bombe qui

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 10 09/09/09 10:47

éclate. **Le mensonge ressemblerait à cette couverture invisible qui cache le fait du parjure.** Cette révélation est alors ressentie par la personne blessée, comme un acte de **déloyauté**, de malhonnêteté intellectuelle. Michel témoigne : « C'est bien ce long silence qui, concrètement, relevait du mensonge que je reproche le plus à mon épouse : elle aura manqué de courage pour avouer que je n'avais plus la même place dans son cœur. »

Parjure, duplicité, double jeu

Ce sont les mots que répètent, comme pour percer un abcès douloureux, les personnes qui se sentent trahies par celui avec qui elles disent s'être engagées sentimentalement, ou pour des raisons familiales. Parallèlement au sentiment d'abandon et de perte que nous analyserons, c'est **bien cette conscience d'avoir été berné par un drôle de double jeu** qui dérange : comme si l'autre avait joué la comédie des apparences, en abusant de la confiance engagée, pour ébranler les fondements de l'être, par **le viol d'un pacte intime** ; cet accord décidé par les cœurs à un moment donné n'est donc plus respecté, malgré les apparences. Les mots de Pierre, engagé dans une thérapie, sont édifiants : « J'aurais tant aimé qu'elle me dise que notre histoire d'amour avait pris fin, j'aurais tant aimé qu'elle me dise qu'elle ne m'aimait plus, mais qu'elle ne voulait pas être fausse, vivre de façon hypocrite : cela m'aurait aidé à pardonner, à évoluer pour vivre autrement. » On songe à ce roman de Michel Butor, *La modification*, où le

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 11 09/09/09 10:47

narrateur décide d'aller annoncer à sa maîtresse romaine la possibilité de la faire s'installer à Paris pour mettre fin à une situation de double jeu inacceptable, pour lui et le respect de son épouse. La modification, pour le narrateur prisonnier de ses pensées dans un train, sera finalement de ne rien changer à cette double vie, mais d'écrire un roman…

Trahir, c'est rompre un pacte quasi sacré

Violer un serment relevant du sacré

Voyager dans l'origine des mots pour comprendre

Faisons un petit voyage dans la terre d'origine des mots, pour comprendre ce qui se joue, en profondeur. Se pencher sur le mot « sacré » nous donne des informations précieuses : c'est un dérivé du nom « sacrement », venant du latin *sacramentum* qui signifie « serment ». Aussi, rompre ce lien par lequel on s'engage à respecter un accord revient à casser la relation qui unit ceux qui y sont impliqués. **Trahir, c'est donc désinvestir le lien**, au sens de couper la corde qui **relie** à l'autre : le mot « relier » a pour origine *religare*, ou ce qui relie, au sens religieux. La trahison relève donc, symboliquement du sacré.

Ne plus remplir son devoir…

Le latin nous donne bien des pistes pour comprendre

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 12 09/09/09 10:47

que derrière le parjure, ce qui se joue relève du symbolique : c'est le cas, par exemple, de la relation qui unit les membres d'une famille partageant un patrimoine génétique. Le serment n'est autre que cette promesse solennelle, qui est un acte en soi, puisque promettre par les mots, c'est déjà faire, se lier, solennellement : **s'engager à bien remplir ses devoirs.** Enfin, pour finir notre voyage au cœur des mots, souvenons-nous que « trahir » vient du latin *tradere* qui signifie « livrer ». Livrer un secret reviendrait à se « délivrer » de la parole engagée, vis-à-vis d'un conjoint, ou d'un membre de la famille : c'est donc faire **acte de désobéissance, parfois de libération nécessaire**, comme nous le verrons. Se délivrer, mais de quel devoir ?

Des devoirs sacrifiés…

Devoir de sincérité non respecté

Laissons la parole à Laurent : « Le manque de franchise de ma sœur m'a profondément égratigné le cœur. Sans me consulter, elle a demandé à mes parents de lui faire donation de la maison de campagne familiale, sous prétexte que j'étais célibataire et sans enfant : j'ai eu le sentiment que toutes les émotions authentiques partagées dans la fratrie depuis mon enfance étaient comme rayées d'un seul trait de crayon. La franchise, l'authenticité : ces mots étaient devenus vides de sens. L'avenir basé sur une affection sans ombre m'a paru bouché. Que dire aussi de la complicité de mes parents ? Par leur silence, ils trahissaient également la confiance filiale engagée. J'ai appris cette histoire à la faveur d'une

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 13 09/09/09 10:47

indiscrétion, six ans plus tard. » Ce témoignage révèle combien ce type de trahison détruit les fondations mêmes de l'être, en brouillant les repères : le devoir de sincérité, règle de survie de la cohésion d'une famille, est sacrifié pour des raisons d'appropriation personnelle. En profondeur, il est question d'une revanche, d'une place symbolique à conquérir, **sans respect de la limite**.

Manquer à tous ses devoirs…

En effet, **le traître tourne le dos à toute une série de « commandements »,** si l'on veut bien considérer que le « contrat social » – cadre qui met en place des limites – permet aux individus de vivre ensemble le mieux possible. Trahir, ce serait donc désobéir, ne pas respecter une loi, des règles. **Échapper au « surmoi » du docteur Freud**… Souvenons-nous que l'infidélité dans le mariage revient à enfreindre un double commandement : pour la **morale civile**, **être infidèle** – pour les femmes – pouvait **être puni** d'une peine d'emprisonnement jusqu'en 1945 ; les hommes étaient seulement contraints de payer une amende ! L'infidélité dans le mariage, c'est aussi, **religieusement, désobéir à Dieu**, se délier au lieu d'être relié… Laissons la parole à Marthe : « Quand mon époux m'a annoncé qu'il avait vécu une double vie pendant six ans avant de me quitter, je me suis effondrée. Plus tard, après avoir travaillé sur moi-même, comme je suis très croyante, j'ai pensé que cette rupture avait touché à quelque chose de sacré que nous avions engagé à l'église l'un et l'autre. J'ai aussi pensé que c'était lui-même qu'il avait trahi. » En effet,

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 14 09/09/09 10:47

ne sommes-nous pas condamnés à nous trahir aussi nous-mêmes ?

Condamné à trahir, par de petits arrangements avec soi-même ?

Vivre, ce serait aussi se trahir soi-même

Se trahir pour s'accomplir

Vivre, ce serait donc se trahir par nécessité et, parfois, malgré soi : il suffit d'observer une journée de notre existence pour constater que **répondre aux différents engagements de notre quotidien nous condamne à être infidèles à nous-mêmes**. Cet homme, investi professionnellement en tant que manager n'est plus le même, le soir venu, quand il s'adonne à la passion du chant lyrique. Quand il joue avec ses enfants et les accompagne dans leur scolarité, c'est encore un autre homme. « Je est un autre », disait le poète Rimbaud… Plusieurs facettes, donc, pour une seule identité, comme des pièces de puzzle à assembler pour que la silhouette se dessine. « J'ai, depuis la trahison de mon frère parti avec mon épouse, beaucoup réfléchi à la question : j'ai pardonné cet acte qui m'a brûlé le cœur pour pouvoir trouver l'apaisement ; j'ai aussi compris, bien plus tard, que vivre, c'est trahir en permanence, parce que tout évolue, y compris soi-même. » Nous constatons

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 15 09/09/09 10:47

bien, tôt ou tard, **l'éternel retour des choses…** Nous serions donc engagés à nous maintenir en mouvement pour rester vivants, en évolution. La nature nous offre d'ailleurs une belle leçon : observer un arbre fruitier nous montre que les trahisons, qui passent par des étapes de mutations, sont une manière de célébrer la vie. Nous serions pourtant fidèles à nous-mêmes, par l'éternel retour des fleurs et des fruits, **après être devenus, à chaque transformation, un peu morts pour nous-mêmes, afin de mieux renaître**…

Un corps en mouvement

Notre corps est à l'image de nos trahisons obligées : l'enfance, l'adolescence, l'âge adulte impriment leurs marques ; notre apparence évolue, en nous faisant déposer les vieilles peaux au vestiaire, une à une. Tout se transforme : **l'impermanence et le mouvement** étudiés par les philosophes de l'Antiquité et des sages chinois **nous condamneraient donc** à nous trahir nous-mêmes : c'est la vie qui nous embarque, malgré nous, dans ce voyage des métamorphoses. Pourtant, quand l'apparence qui change est trop éloignée de soi, cela signifie, tout simplement, que nous nous trahissons nous-mêmes en nous rejetant. Dans la quête effrénée du regard de l'autre, nous finissons par nous oublier. La solution : **se recentrer sur ses émotions, renouer avec sa sensorialité,** permettre de mettre un terme à cette quête éparpillée et immature du regard de l'autre.

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 16 09/09/09 10:47

Remettre en cause des engagements humains et affectifs

Au fond, il en va parfois de même **pour nos engagements humains et affectifs**, pour deux raisons. **L'adolescent** est, par excellence, le sujet même de multiples trahisons : être en projet, se construire, c'est d'abord se chercher, **tâtonner, tester, jouer avec la limite**. Par ailleurs, l'adulte qui aura – sans le savoir – **compensé des ratages affectifs** par des choix amoureux de réparation sera amené à **renier ses choix premiers**.

Voici ce qu'en dit Annabelle : « J'ai joué le rôle d'une mère réparatrice pour mon époux qui a fini par me quitter. Après des années de travail sur moi-même, j'ai compris, en reconstruisant son passé, qu'il avait été amené à me quitter parce qu'il n'avait plus besoin de béquille. Il était devenu prêt à aimer quelqu'un d'autre. J'ai évidemment compris pourquoi ce rôle m'avait arrangée. »

De même, notre **mûrissement intérieur**, fruit de nos expériences, de nos échecs, de nos rencontres, nous engage à changer intérieurement, à développer de nouveaux projets et désirs que nous n'aurions pas pu envisager, parfois, plus tôt. Un temps pour « la chair, l'esprit, le cœur », disait Pascal, le génial auteur des *Pensées* et inventeur de la calculette… Il faut donc aller au bout d'une histoire avec nous-mêmes, professionnellement ou humainement, pour qu'une autre fleur pousse dans notre terre. **Entre trahison et évolution, il n'y aurait donc qu'un pas nécessaire pour rester vivant.** Parfois,

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 17 09/09/09 10:47

des intérêts mesquins et matériels – appât du pouvoir, de l'argent – poussent pourtant un être à se renier, tel Judas reniant Jésus… Histoire de petits arrangements avec soi-même… Pourtant, la trahison relève parfois de l'évolution de soi-même, dès lors qu'on perd d'anciennes peaux ou d'anciens modes de fonctionnement, sans plus d'utilité.

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 18 09/09/09 10:47

Table des matières

I. Zoom sur la trahison : des pistes, pour la définir…

Trahir, vous avez dit trahir…

Les mots de la trahison 8
Une réalité digne des mythes de toujours 8
Qui dit trahison suppose rival, figure du tiers 9
Quand la trahison rime avec des mots qui font mal 10
Mensonge et déloyauté 10
Parjure, duplicité, double jeu 11

Trahir, c'est rompre un pacte quasi sacré

Violer un serment relevant du sacré 12
Voyager dans l'histoire des mots pour comprendre 12
Ne plus remplir son devoir… 12
Des devoirs sacrifiés 13
Devoir de sincérité non respecté 13
Manquer à tous ses devoirs… 14

Condamné à trahir par de petits arrangements avec soi-même ?

Vivre, ce serait aussi se trahir soi-même 15
Se trahir pour s'accomplir 15
Un corps en mouvement 16
Remettre en cause des engagements humains et affectifs 17

II. Visages de la trahison dans le couple : des effets qui s'ensuivent…

L'infidélité : l'effondrement des certitudes

Un acte de rupture de contrat....20
L'autre, cette énigme qui se détourne....21
Se détourner de l'autre, valeur en baisse… 21
L'infidèle rejoue parfois une ancienne histoire parentale de séparation....22
Rendez-vous avec la jalousie....23
Le conjoint évacué de la scène pour un autre....23
La torture mentale des trois S : soupçon, suspicion, surveillance 24
Déchirure de la perte....27
Devant l'absence, la douleur vive....27
Enquêter sur soi pour dépasser la souffrance psychique....28

Comment cerner les causes de l'infidélité dans le couple ?
Pourquoi trahir en transgressant ?

Une réponse aux fractures du couple....33
Une rose non entretenue, ou la communication rompue....33
Trahir pour avoir été victime des idées reçues sur le couple....34
La fin d'une histoire d'amour bancale : trahir pour rompre ou se reconstruire....37
Quid du couple réparateur après la mue : le couple mis à l'épreuve....38
Le traître enchaîné à son passé familial....39
La fin d'un amour qui panse une déception amoureuse....42

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 124 09/09/09 10:47

III. D'autres moteurs de trahison

Au féminin comme au masculin : l'insatisfaction personnelle à la Bovary 46
La tentation de la trahison, par désir d'évolution rentré, ou arrivisme… 48
Trahir par défi, ou l'acte « politique »… 50
Trahisons du troisième type, via les nouvelles technologies 52

IV. Le nœud de vipère des trahisons familiales

Une trahison aux multiples visages du monstre…

Les non-dits d'un secret de famille : leur découverte, vue comme une trahison 56
Le non-dit repose sur le mensonge, ou le silence, par protection.....57
Histoires tragiques de disparus placés sous le sceau du secret 57
Histoires mal digérées de mise à l'écart.....59
Des séquelles pour celui qui découvre l'événement 67
De la sidération au ressentiment.....67
Le sentiment de confiance fissuré.....68
La question de la place symbolique pour se situer et s'ancrer 68

Trahir les intérêts d'un membre de la famille : un procédé pervers

Détourner des biens, un héritage.....70
Des enfants trahis par un frère, une sœur, avec des parents complices 70
Des parents trahis par leurs enfants.....71
Les remariages dont on révise l'histoire… 73

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 125 09/09/09 10:47

Se lier incestueusement avec un membre de la famille : comprendre ce qui se joue

Être quitté pour une personne de sa famille 75
Des visages si troubles : des êtres enchaînés à leur passé fantasmatique 75
Être trahi par un père ou une mère incestueux 80
Refuser le clonage dans les familles à profil pervers narcissique ... 84
Trahir le devoir de fidélité absolue à la famille sectaire pour survivre 84
Rester fidèle à la loi perverse du clan par fragilité et peur de l'abandon 86

V. Comment réagir : apprendre à vivre autrement, après la trahison

Pardonner une trahison, quand c'est possible

Le temps du pardon nécessaire 90
Compter sur le temps, cet ami qui panse la plaie 90
Les freins au pardon : haine, quand tu nous tiens… 91
Le pardon, un chemin : quand pardonne-t-on ? 91
Le dialogue comme mode d'emploi d'une réconciliation possible 92
Tenter le pardon pour s'apaiser soi-même et être délivré 93
La question des réactions de la famille divisée 94

Repenser son regard sur soi : soi-même, une matière à travailler

Mieux vivre et maîtriser ses émotions 101
Réassurer sa confiance en soi pour construire une liberté intérieure 105

Repenser son regard sur le couple

Remettre le couple à la juste place, ne pas tout attendre de l'amour 109

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 126 09/09/09 10:47

Penser que rien n'est acquis en matière d'amour, ni dans le couple 112
La trahison, un symptôme possible d'une crise de couple 113

Repenser son regard sur la trahison : des infidélités nécessaires

Trahir sa famille pour construire un couple et aimer quelqu'un d'autre.....116
Trahir des choix familiaux pour devenir soi-même.....118

corpus_trahison dans le couple et la famille.indd 127 09/09/09 10:47